



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 22/07/2024 a 26/07/2024

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	22/07/2024 2º FEIRA	23/07/2024 3º FEIRA	24/07/2024 4º FEIRA	25/07/2024 5º FEIRA	26/07/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Pão com geleia de morango Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Vitamina de banana e mamão (com leite) (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de chuchu com tomate	Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes Salada de acelga com cenoura	Arroz Feijoada (feijão preto com filé suíno) Virado de couve (com farinha de milho)	Macarrão com molho nutritivo Empanadinho de frango Salada de brócolis	Pão Molho de tomate caseiro com frango desfiado Suco de caju com maçã (polpa congelada) Bolo caseiro de chocolate com cobertura de chocolate
Fruta	Maçã	Melancia	Abacaxi	Tangerina	
Lanche 13:00 - 14:00	Pão vegano Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar)	Arroz doce com banana (sem açúcar)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Kibe vegano Suco de uva integral
Jantar 15:00 - 16:00	Sopa com batata doce, ervilha cenoura, chuchu e couve Carne em cubos	Macarrão Molho nutritivo com proteína de soja	Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes	Sopa com mandioca lentilha, abóbora, abobrinha e couve Gema de ovo	Polenta Molho de tomate caseiro com frango desfiado

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
920,63	130,87	56,86%	37,07	16,10%	28,82	28,17%

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. / * Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011. / * Rótulos e fichas técnicas de alimentos.

CONSIDERAÇÕES

A fruta servida deverá ser de acordo com seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento de hortifrútu
Bolo caseiro: sem lactose, conforme Receituário Padrão do Programa Municipal de Alimentação Escolar.
Cardápio sujeito a alterações
Horário sugerido das refeições
Cardápio elaborado conforme Resolução nº06, de 08 de maio de 2020.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas